

03...

EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD Y LA IDENTIDAD

Base para una vida plena



EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD Y LA IDENTIDAD

Base para una vida plena



Esta publicación se realiza con apoyo del Programa Global de UNFPA para acelerar la acción orientada a poner fin al matrimonio infantil con la cooperación de Canadá.

Canada 



Guatemala, 2016. Esta publicación se produjo en el marco del proyecto Fortalecimiento de capacidades del Ministerio de Educación, para implementar el enfoque de educación integral en sexualidad y prevención de la violencia en las escuelas dentro del Plan Multianual de Trabajo 2015-2019 entre Mineduc y UNFPA, en apoyo a la institucionalización de las Estrategias de Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia.

Mineduc (2016). Serie de fascículos acerca de *educación integral en sexualidad y prevención de la violencia*. Guatemala: Ministerio de Educación, Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) y Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura (Unesco).

Esta serie de fascículos puede utilizarse para la consulta bibliográfica de los educadores como parte de procesos de sensibilización y formación. Se recomienda citar la fuente.

PARTICIPANTES EN EL PROCESO

AUTORIDADES MINISTERIALES:

Doctor Oscar Hugo López Rivas
Ministro de Educación

M.A. Héctor Alejandro Canto
Mejía
Viceministro Técnico de
Educación

Licenciada María Eugenia
Barrios de Mejía
Viceministra Administrativa de
Educación

Licenciado Daniel Domingo López
Viceministro de Educación
Bilingüe Intercultural

Licenciado José Moreno Cámara
Viceministro de Diseño y
Verificación de la Calidad
Educativa

M.A. Ana María Hernández Ayala
Directora de la Dirección
General de Gestión de la Calidad
Educativa

DIRECCIONES GENERALES:

Dirección General de Gestión
de Calidad Educativa
(Digecade)

Dirección General de Educación
Bilingüe Intercultural (Digebi)

Dirección General de Educación
Especial (Digeesp)

Dirección General de Educación
Extraescolar (Digeex)

Dirección General de Educación
Física (Digef)

Dirección General de Acreditación
y Certificación (Digeace)

Dirección General de Currículo
(Digecur)

Dirección General de Evaluación
e Investigación Educativa
(Digeduca)

Dirección General de
Coordinación (Digecor)

DIRECCIONES

DEPARTAMENTALES:

Dirección Departamental de
Educación de Alta Verapaz

Dirección Departamental de
Educación de Chiquimula

Dirección Departamental de
Educación de Izabal

Dirección Departamental de
Educación de Totonicapán

Dirección Departamental de
Educación de Chimaltenango

Dirección Departamental de
Educación de Escuintla

Dirección Departamental de
Educación de Huehuetenango

COLABORACIONES

INTERINSTITUCIONALES

Ministerio de Salud Pública y
Asistencia Social (MSPAS)

Secretaría Presidencial de la
Mujer (Seprem)

Defensoría de la Mujer Indígena
(DEMI)

ASESORÍA Y FACILITACIÓN DEL PROCESO:

COORDINACIÓN EDITORIAL:
Licda. Cecilia Alfaro Quesada,
M.A. Nelly Castillo Estrada
Unidad de Género con Pertinencia
Étnica

TEXTO BASE:
M.A. Ileana Melendreras

EDICIÓN DE TEXTO:
Licda. María Amalia Cujcuy,
Digecade

ASISTENCIA TÉCNICA:
M.A. José Roberto Luna, Oficial de
Educación y Juventud, UNFPA

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN:
Lic. Alfonzo Lozano, Lic. Henry
Sipaque y Licda. Mariana Leal

FOTOGRAFÍAS:

Mark Tuschman, Fondo de
Población de las Naciones
Unidas (UNFPA), Programa
Abriendo Oportunidades,
Population Council y Dirección
de Comunicación Social del
Ministerio de Educación, Mineduc

Los textos incluidos en esta publicación, no reflejan necesariamente las opiniones de UNFPA. Este documento es para distribución general. Se reserva los derechos de autoría y se autoriza las reproducciones y traducciones siempre que se cite la fuente. Queda prohibido todo uso de esta obra, de sus reproducciones o de sus traducciones con fines comerciales.

PRESENTACIÓN

Con la firma de la Carta Acuerdo Salud Educación que antecede a la suscripción del Convenio de Cooperación Interinstitucional en el marco de la Declaración Ministerial “Prevenir con Educación”, y de la Carta de Entendimiento entre la Secretaría contra la Violencia Sexual, Explotación y Trata de Personas, el Ministerio de Educación, el Ministerio de Desarrollo Social y el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, nuestro país avanzó para garantizar el desarrollo pleno de toda la población; que sumado al proceso de institucionalización de la Política Nacional de Promoción y Desarrollo Integral de las Mujeres (PNPDIM) permitirá la consolidación de una estrategia de largo plazo en temas clave para la construcción de ciudadanía.

La Educación Integral en Sexualidad permite trascender la escasa información y los temores en relación con este tema, abordándolo desde aspectos éticos, biológicos, emocionales, sociales, culturales y de género, de manera gradual, basado en la evidencia científica, acorde con el desarrollo de la persona; desde su niñez hasta la edad adulta.

Es un tema de fortalecimiento de la ciudadanía. En su proceso formativo, es básico que toda persona comprenda la sexualidad como parte integral de la vida, de su identidad. Solo de esta manera lograremos generar el respeto a las diferencias, el rechazo a toda forma de discriminación y la promoción en la población joven para la toma de decisiones informadas y responsables no solo sobre el inicio de las relaciones sexuales, sino, fundamentalmente, acerca de su proyecto de vida: quién quiere ser, qué quiere hacer, en el marco del aporte al desarrollo de su comunidad y su país.

Los centros educativos y su proyección a la comunidad permiten promover el aprendizaje significativo indispensable para lograr revertir las alarmantes estadísticas de aumento de embarazos en adolescentes y niñas, el aumento en la cantidad de personas infectadas con VIH, el elevado número de muertes maternas y el ejercicio cotidiano de la violencia, particularmente la violencia sexual contra las mujeres, así como la discriminación y el racismo.

Las personas, las familias y las comunidades de los diferentes pueblos que conformamos el país jugamos un rol protagónico e insustituible en esta transformación.

Cada día de convivencia en el centro educativo es una oportunidad para construir con niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos, actitudes y relaciones con pleno respeto a los derechos humanos y con equidad de género y etnia, al crear experiencias de aprendizaje para el pleno disfrute de la vida y el desarrollo personal y comunitario.

A inicios de 2010 el Ministerio de Educación encargó a la Unidad de Equidad de Género con Pertinencia Étnica, facilitadora y asesora del proceso, el diseño de una Estrategia de Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia implementada con el involucramiento de las Direcciones Generales del nivel central y con seis Direcciones Departamentales de Educación priorizadas en una primera fase piloto de la que deriven los lineamientos de gestión y el abordaje pedagógico institucional.

La estrategia, concreta el avance en los principales marcos legales en materia de derechos humanos, sexuales y reproductivos, la prevención de la violencia. Asimismo, concreta la implementación de la Política Nacional de Promoción y Desarrollo Integral de las Mujeres en metas estratégicas para el avance en el marco de Derechos Humanos, la equidad de género y étnica, los derechos de las mujeres y mujeres indígenas en particular, por lo que cuenta con el acompañamiento de la Secretaría Presidencial de la Mujer (Seprem).

Asimismo, tiene contribuciones de la Defensoría de la Mujer Indígena (DEMI), la Coordinadora Nacional para la Prevención de la Violencia Intrafamiliar y Contra las Mujeres (Conaprevi), el Ministerio de Gobernación, Secretaría de Comunicación Social de la Presidencia, así como de la sociedad civil. Particularmente se ha contado con aportes relevantes del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS), en el marco de la Carta Acuerdo Salud Educación, con información estadística, materiales de apoyo conceptual y metodológico y personal especializado desde el abordaje en salud sexual y reproductiva, con adolescentes y jóvenes, prevención del VIH, salud mental, entre otras.

Para los procesos de formación previstos por la estrategia se contó con un módulo de apoyo a la formación docente así como del personal técnico y directivo del Ministerio que sirvió de base para el diseño del abordaje. Como producto de esa validación con técnicos y profesionales de las Direcciones Generales y Direcciones Departamentales de Educación, surgió la necesidad de profundizar las temáticas de Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia. Por ello, se ha elaborado el presente fascículo conceptual de apoyo a la formación docente el cual sirve de base a la necesaria contextualización de estos procesos en todo el país.

La Dirección General de Currículo (Digecur) ha recomendado enmarcarlo en el Currículo Nacional Base (CNB) de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación en Educación y las especialidades de Productividad y Desarrollo, Educación Musical y Educación Física; se sugiere utilizarlo también para la formación en el Magisterio de Educación Infantil Bilingüe Intercultural y Magisterio de Educación Infantil Intercultural. No obstante, el texto puede servir de apoyo al desarrollo de la temática en diferentes procesos educativos.





ÍNDICE

Presentación	05
¿Cómo están organizados estos fascículos de apoyo a la formación docente?	08
Desde nuestra experiencia	11
3.1 La identidad: mis raíces, ¿Quién soy?.....	12
3.2 El desarrollo de la personalidad y la identidad, base de una vida plena, una sexualidad plena.....	15
3.3 El desarrollo personal y discriminación.....	22
3.4 Importancia de la autoestima en la educación integral en sexualidad.....	24
3.5 La educación integral en sexualidad, garante del desarrollo de la personalidad, la identidad y la autoestima.....	30
Bibliografía	35

¿CÓMO ESTÁN ORGANIZADOS ESTOS FASCÍCULOS DE APOYO A LA FORMACIÓN DOCENTE?

Para facilitar el manejo de este fascículo, se incluyen los siguientes íconos que atraen la atención en relación con las actividades propuestas:



CNB



Contenidos



DIARIO de
aprendizaje



DIARIO de aprendizaje
del **PROYECTO**
educativo



Información
ESTADÍSTICA



Mensaje
CLAVE



EVALUACIÓN
de la unidad

El Ministerio de Educación espera que este material se convierta, en manos de las y los docentes, especialmente de quienes inician su formación, en una herramienta transformadora que facilite transitar hacia una vida más plena, gratificante y de ejercicio ciudadano de los derechos humanos.

El presente documento es un fascículo en apoyo a la implementación de la Estrategia de Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia. Puede utilizarse en procesos de formación inicial y formación continua de manera sistemática a lo largo del año, que fortalezca el logro de competencias por parte de los propios docentes.

El fascículo aporta el marco institucional y del Estado de Derecho así como información basada en evidencia científica, coincidente con los denominados ejes transversales de la Reforma Educativa y el Currículo Nacional Base (CNB)¹, que hasta ahora no se han desarrollado pertinente y oportunamente en aula, en gran parte por falta de conocimiento y manejo de los propios docentes.²

Por ello, el fascículo es una contribución al proceso de formación docente, particularmente, aunque puede ser utilizado como apoyo en procesos de sensibilización y formación de personal técnico y directivo. Esto permite que se cuente con criterios teóricos y metodológicos de carácter general, avalados por el Ministerio de Educación, como referencia para la contextualización a realizar en todo el país, particularmente en el marco del enfoque de Derechos Humanos, la equidad de género y étnica.

Su aplicación permite la pertinencia al:

- Fortalecer la imagen que tenemos de nosotros mismos.
- Permitir la aceptación, el respeto y la valoración de toda persona, sin discriminación.
- Valorar la educación como factor clave para el ejercicio del marco de derechos y ciudadanía por parte de la población, iniciando por nosotros mismos.
- Apremiar la sexualidad como parte del desarrollo y del proceso educativo de las personas, ayudando a eliminar el morbo, la desinformación y las diversas formas de violencia que se derivan de su desconocimiento.
- Fortalecer el reconocimiento, aceptación y valoración de todos y todas en sus interacciones sociales y culturales, que les permita una convivencia armónica consigo mismos, con el medio social y la naturaleza.

¹ Unidad en la diversidad: multiculturalidad e interculturalidad; Vida en democracia y cultura de paz: equidad de género, etnia y social, educación en valores, vida familiar y ciudadana.

² Análisis de la gestión institucional. Plan de Institucionalización de la Política Nacional de Promoción y Desarrollo Integral de las Mujeres y Plan de Equidad de Oportunidades en el Ministerio de Educación. Junio, 2010.

Por ello, los contenidos, actividades y ejercicios que desarrolla cada unidad, son abordados desde el aprendizaje personal como medio básico para su apropiación y contextualización. De esta manera cada docente, grupo de docentes o estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación en Educación y sus especialidades, así como de Magisterio de Educación Infantil Bilingüe Intercultural y Magisterio de Educación Infantil Intercultural, que lo utilicen, pueden diseñar y desarrollar un proyecto de aplicación en el centro educativo, así como en los procesos con quienes conforman la comunidad educativa.

Se propone desarrollar la temática enmarcada en las siguientes áreas curriculares de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación en Educación y sus especialidades, de acuerdo con la siguiente tabla:



Área Curricular:	
Área Curricular	Subárea
Pedagogía	Fundamentos de la Pedagogía
Psicología	Psicología, Psicología Evolutiva
Ciencias Sociales y Formación Ciudadana	Ciencias Sociales y Formación Ciudadana
Ciencias Naturales	Biología

Al finalizar el fascículo, cada participante en el proceso contará con la propuesta de proyecto educativo acerca de Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia.

Le invitamos a enriquecerlas de acuerdo con su experiencia y creatividad, particularmente como herramienta para desarrollar 11 unidades temáticas:

- El derecho a la educación, la puerta a otros derechos.** La importancia de la Reforma Educativa y la transformación curricular; nuevos paradigmas en educación; un currículo "vivo"; Derechos Humanos y ciudadanía. El derecho a una Educación Integral en Sexualidad y a la prevención de la violencia.
- El centro educativo, espacio para una Educación Integral en Sexualidad, en el marco de los derechos humanos, la equidad de género y étnica.** Marcos legales, rol de la Educación en función de garantizar la vivencia del marco de derechos humanos, la equidad de género y étnica y la prevención de la violencia.
- El desarrollo de la personalidad y la identidad, base para una vida plena.** Personalidad, autoestima e identidad. De una educación basada en la enseñanza a una educación basada en el aprendizaje. Los sujetos educativos como protagonistas de su desarrollo.
- Elijo el camino propio, el proyecto de vida.** Las aspiraciones y los procesos de toma de decisión. Cómo elaborar un proyecto de vida. Factores que influyen en la realización de un proyecto de vida. Factores de riesgo, factores protectores y resiliencia. Educación y competencias para la vida.
- Una nueva forma de ver y relacionarse con el mundo, la pubertad y la adolescencia.** La adolescencia como fenómeno histórico cultural. Cambios biopsicosociales.
- La cultura y el aprendizaje de la sexualidad, género y los medios de comunicación.** La construcción social del género a lo largo del ciclo de vida; la diversidad cultural y la sexualidad; la imagen del cuerpo, el papel de los medios de comunicación; los estereotipos, la estigmatización y la discriminación.
- Reconocimiento del cuerpo, la salud sexual y reproductiva.** Anatomía y fisiología sexual, proceso reproductivo y los cambios en la niñez, pubertad, individualidad e integridad del cuerpo; sexo, sexualidad y ciclo de vida; prevención del embarazo.
- Virus de Inmunodeficiencia Humana VIH: vivo en dignidad con cero estigma y discriminación.** Virus de inmunodeficiencia humana, las infecciones de transmisión sexual, su sintomatología, las formas de prevención y tratamiento; así como la importancia de prevenir el estigma y la discriminación por causas relacionadas al VIH.
- Prevención de la violencia: el desarrollo de actitudes de respeto, cuidado y autoprotección.** Qué es la violencia; violencia generacional; violencia contra las mujeres; violencia y abuso sexual; violencia étnica, discriminación y racismo; violencia en el ámbito escolar, y qué considerar una estrategia en el centro educativo.
- Explotación sexual comercial y trata de personas: rompo el silencio y la complicidad.** Los usos de la niñez; qué es la violencia sexual y cómo identificarla; qué es la explotación sexual comercial y cómo identificarla; la trata de personas, qué es, como se define, qué puede hacer el centro educativo antes estas situaciones.
- Recupero el respeto, el afecto y la comunicación, en las relaciones sociales, familiares y la comunidad.** Valores, actitudes y relaciones sociales; las familias, la amistad, el amor y las relaciones románticas; la tolerancia y el respeto; los compromisos al largo plazo, el matrimonio y la crianza; participación de la comunidad educativa en la educación integral en sexualidad.



DESDE NUESTRA EXPERIENCIA



DIARIO DE APRENDIZAJE
PERSONAL

Actividad 22: Identidad y personalidad

Todo perfil docente pasa por quienes somos. Por ello, al profundizar en la construcción de la sexualidad, encontramos una clara vinculación con la construcción de nuestra personalidad y nuestra identidad.

Para reflexionar al respecto, le proponemos realizar un ejercicio: dibuje su mano, la izquierda o derecha, la que le sea más cómoda.

Sobre el dibujo de su mano anote cuáles son las características que le identifican y que le hacen una persona única.

Analice sus principales rasgos de personalidad y de identidad. Con el conocimiento de las dimensiones de la sexualidad, ¿cómo se relaciona la construcción de la personalidad con el desarrollo de la sexualidad?

La Educación Integral en Sexualidad pasa por el desarrollo de la personalidad y su expresión durante las diferentes etapas de la vida, la construcción de la identidad y la autoestima como aspectos clave a considerar en las relaciones cotidianas, en lo personal así como en el abordaje en el centro educativo.

La Educación Integral en Sexualidad incide de manera altamente positiva en el fortalecimiento de la personalidad, la identidad y la autoestima, libera de temores y prejuicios, contribuye con su responsabilidad en la toma de decisiones y sienta las bases para un mejor conocimiento personal, relacionamiento y defensa de los derechos, así como el ejercicio libre e informado de las decisiones que afectan la vida de cada persona.



3.1 LA IDENTIDAD:

mis raíces, ¿quién soy?



La identidad es el conjunto de rasgos propios de una persona que la caracterizan y distinguen de las demás, cada persona tiene rasgos únicos que definen su modo de ser, su historia.

Iniciamos esta unidad con una reflexión acerca de la identidad como elemento básico del desarrollo de la personalidad, que más tarde también se expresará en nuestro perfil como docentes.

Nuestra identidad comienza a formarse desde que nacemos a partir de los siguientes elementos:

- Nuestro cuerpo.
- La historia personal y familiar.
- El lugar en donde crecimos.
- Los espacios y grupos sociales a los que pertenecemos.
- Las características que otras personas nos asignan.
- Nuestras pertenencias.
- Nuestra profesión y ocupación.

Saber quiénes somos, nos produce una sensación de unidad interior y autoaceptación, que se construye y cambia con el tiempo. Varios elementos forman parte de nuestra identidad: nombre, edad, género, características físicas, nacionalidad, etnia, clase social, intereses y preferencias, historia y deseos para el futuro, y evidentemente el desarrollo de la sexualidad, aunque casi nunca se menciona explícitamente.

Por ello, toda persona puede responder de distintas maneras a la pregunta ¿quién soy?, ya que en ella conviven muchas identidades que no se excluyen entre sí, como en el caso de Libertad, una niña garífuna.



La identidad responde a una necesidad afectiva, cognitiva³ y activa, en la que intervienen pensamientos, emociones, la autoconciencia y la capacidad de tomar decisiones mediante el uso de la libertad y la voluntad.

La identidad es el sello de nuestra personalidad y la síntesis del proceso de identificaciones que durante los primeros años de vida y hasta finales de la adolescencia realizamos.

Cuando llegamos a la adolescencia con un sentimiento sano de identidad desarrollamos el sentido de seguridad interior. Esto sirve de puente entre lo que fuimos de niños o niñas y lo que seremos como personas adultas con un sentimiento de integración social.



DIARIO DE APRENDIZAJE
PERSONAL

Actividad 23: Mi identidad es

Con base en lo escrito en el dibujo de su mano, utilice el esquema de Libertad y complételo con los diferentes rasgos de su identidad.

¿Cuál es la importancia de fortalecer la identidad para el desarrollo de la niña, niño, adolescente o joven?

¿Qué relación hay entre el desarrollo de la personalidad, la identidad y el desarrollo integral de la sexualidad?

³ Cognitivo o cognoscitivo: perteneciente o relativo al conocimiento. Se refiere a los procesos por los cuales se llega a aprender algo. Que es capaz de aprender o conocer algo (DRAE, WordReference.com, foros del lenguaje).

a. El desarrollo de la personalidad: de la identidad asignada a la identidad optada.

La construcción de la identidad se trata de un proceso dinámico de aceptación y rechazo de características que se dan entre el YO y los OTROS, y pasa por estados de paz, armonía, conflictos, críticas que a veces nos hace sentir bien y en equilibrio, y a veces nos produce sensaciones de insatisfacción e inconformidad. Por su complejidad, la construcción de la identidad es un proceso reflexivo que puede durar toda la vida pero que madura poco a poco.

Todas las personas recibimos una especie de “herencia natural” de las familias, la comunidad y la sociedad al nacer, a lo que denominamos identidad asignada. Cuando somos niños y niñas no somos seres plenamente conscientes de nosotros mismos, sino que la conciencia se construye en la medida que crecemos y nos relacionamos con otras personas, ideas, valores, creencias y pautas individuales y colectivas de conducta.

Los mensajes sociales que forman nuestra identidad suelen ser rígidos, por lo que muchas veces refuerzan las desigualdades y estereotipos que determinan el papel que cada persona desempeña en la familia, la escuela y la sociedad, según sea hombre, mujer, indígena, mestizo, pobre, rico, joven, viejo, etc.

Aunque no es fácil de lograr, es necesario un equilibrio en todos los aspectos que conforman la identidad; el equilibrio identitario nos ayuda a vernos con distancia, reconocer nuestros aciertos y desaciertos y desarrollar una actitud crítica y propositiva con nuestro entorno.

Tener identidad es tener conciencia de la propia realidad y también de la realidad que nos rodea. Es autorespeto y respeto a otras personas.

A medida que la persona crece y madura pasa de las normas y valores que la sociedad, la comunidad, y la familia le asigna, a una apropiación de lo que considera sus valores, creencias, ideas, lo que se manifiesta en su identidad. De esta forma, pasa de la identidad asignada a la identidad optada.

En la identidad optada prevalece la voluntad propia y está estrechamente ligada al crecimiento personal y la posibilidad de modificar la vida, le da un nuevo sentido que es el sentido propio. Estos cambios son difíciles, pues muchas veces definir nuestro propio camino suele estar sujeto a críticas, pero es la única forma para ejercer plenamente nuestra identidad personal, ser auténticos y proyectarnos como quienes somos ante la sociedad.



DIARIO DE APRENDIZAJE
PERSONAL

Actividad 24: El árbol de mi identidad

Le proponemos profundizar en la influencia de las personas en su vida. Inicie por la elaboración de un árbol genealógico en el que identifique las raíces de su identidad y cómo pasó de la identidad asignada a la identidad optada. Deberá indicar origen de la persona, nombre, características importantes: ocupación, enfermedades, quién era, qué hacía, nacimiento, matrimonio o unión, otros aspectos que considere importantes.

Elabore su árbol genealógico, de acuerdo con los mensajes clave de Unesco, analice cuáles han sido los principales cambios en la identidad optada y si ha habido cambios en sus valoraciones, ideas, creencias, particularmente acerca de la sexualidad, en relación con la generación anterior a la suya.

¿Cómo cree que afecten su actitud como persona en relación con la sexualidad y como docente en relación con el abordaje de la temática?



3.2 EL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD Y LA IDENTIDAD, BASE DE UNA VIDA PLENA, UNA SEXUALIDAD PLENA



En ese proceso, la apariencia, el desarrollo y crecimiento del cuerpo, la autoimagen, la socialización de género, la relación con el grupo de pares y con las familias, influyen de manera decisiva en la identidad y en la proyección social de la persona, que incluye la sexualidad y todas sus dimensiones.

La personalidad es la forma en que pensamos, sentimos, nos comportamos e interpretamos la realidad. Presenta una tendencia de ese comportamiento a través del tiempo; muestra el modo en que nos vemos a nosotros mismos y al mundo que nos rodea, cómo nos consideramos individuos únicos, independientes y diferentes.

La sexualidad se expresa a lo largo de todas las etapas de la vida, por lo que la Educación Integral en Sexualidad deberá apoyar a niñas, niños, adolescentes y jóvenes a conocer su cuerpo, comprender sus cambios, sus emociones, mejorar su relación con las y los demás, para que se prepare adecuada y pertinentemente para vivir su sexualidad de manera plena.

Esto requiere que las y los docentes tomemos consciencia y comprendamos también de manera integral cómo abordar la sexualidad a lo largo de este proceso de crecimiento y desarrollo personal, que inicia por reconocer cómo fue nuestra propia vivencia.

a. Etapas del desarrollo de la persona

Desde la perspectiva histórico-cultural se destaca el medio social como fuente del desarrollo. La interacción e interrelación social como fundamentales determinantes del desarrollo psíquico humano (Febles y Canfux, 2003); la relación única, particular e irreplicable entre cada sujeto y su entorno, promueve y potencia el desarrollo psíquico y de la personalidad.

El desarrollo del ser humano pasa por etapas que se relacionan entre sí, de acuerdo con factores individuales, sociales y culturales. Por ello, la importancia de comprender el desarrollo personal, que incluye la sexualidad desde una perspectiva biopsicosocial pero también desde un enfoque histórico.

Aunque cada ser humano vive su desarrollo de diferente manera, se han caracterizado las etapas que sirven de orientación general acerca de lo que se vive en cada momento de la vida:



- a) Pre-natal (desde la concepción hasta el nacimiento)
- b) Infancia (desde el nacimiento hasta los 6 ó 7 años)
- c) Niñez (desde los 7 a los 10 años)
- d) Adolescencia (desde los 10 a los 19 años) que a su vez considera la pubertad, de 10 a 14 y la adolescencia propiamente dicha de 15 a 19 años.
- e) Juventud (de los 19 a los 29 años)
- f) Adulthood (de los 29 a los 60 años)
- g) Ancianidad o tercera edad (más de 60 años)

FASE	Características comunes
Pre natal Desde la concepción hasta el nacimiento	La etapa prenatal se desarrolla en el vientre materno, inicia con la concepción y finaliza con el nacimiento. Tiene especial importancia pues se ha comprobado que aun antes de nacer el feto es capaz de recibir mensajes vitales y de sentir estímulos de alegría o tristeza que vienen del medio familiar y social. Es la base de las etapas subsiguientes y fundamento de la formación de la personalidad. A partir de los tres meses en el vientre, el feto responde a estímulos internos, y desde los seis meses, a los del medio ambiente, por lo que ya se evidencian formas complejas de sensación y actividad nerviosa, motora y mental.
La infancia ⁴ Desde el nacimiento hasta los 6 a 7 años.	La importancia de la relación física y afectiva con la madre y el padre es fundamental en la infancia, pues son la fuente de identificación primaria. La infancia comprende varias fases, según la teoría psicoanalítica que fue la primera en reconocer la sexualidad infantil.
Fase oral Desde el nacimiento hasta los 18 meses.	La calidad de la comunicación entre la madre y el hijo o hija conduce a la creación de un código propio. El lenguaje no verbal es fundamental como una forma de dar afecto y recibirlo, por lo que las caricias, los besos y las palmadas son especialmente significativos. En esta etapa la boca es el centro de las sensaciones placenteras. El final de la misma está marcado por la diferenciación que hace el niño y la niña entre su mundo interno y externo. La familia le permite establecer una organización interna primaria, que desarrollará para vincularse y manejar el mundo exterior.
La fase anal De los 18 meses a los 3 años.	También llamada de separación e individuación. La aparición del lenguaje permite mayor concreción y claridad de lo que siente y piensa. El poder caminar y separarse marca los primeros pasos para el logro de su independencia y autonomía. Cuando comienzan a utilizar el principio de realidad se inicia esta segunda etapa del desarrollo psicosexual, la cual tiende a posponer la gratificación inmediata, a diferencia del principio de placer. Durante esta época los órganos excretores son su centro de interés; las acciones de defecar, retener y expulsar le serán sumamente gratificantes. El control de esfínteres le permitirá asimismo, conservar la estimación y el amor de quienes le cuidan, y a la vez, ejercer presión y control sobre su medio. Esto le hará sentir su individualidad e independencia.

⁴ Tomado de: Luz Elena Bátiz Gutiérrez: materiales de la Universidad Pedagógica de México, 2010.

La fase anal De los 18 meses a los 3 años.	Durante este periodo experimenta en forma clara y precisa las normas y reglas del grupo familiar, el cual determina lo que debe hacer y dónde debe realizarlo. De esta manera se establecen los límites y espacios que lo harán contar con la aceptación de su familia. Las relaciones interpersonales se han desarrollado y es capaz de comprender lo planteado por las personas adultas, sabiendo que si “coopera” ganará su reconocimiento.
La fase fálica (identificación primera) De los 3 a los 6 o 7 años	Durante esta etapa la exploración de los genitales se acentúa por ser una actividad que proporciona el reconocimiento de sus genitales como el placer de tocarlos. La socialización marcada por su ingreso a la escuela constituye uno de los acontecimientos más importantes. Ahí tendrá la oportunidad de convivir e intercambiar experiencias y sentimientos con otros y otras de su propia edad. La curiosidad está presente en los constantes “¿por qué?": ¿por qué no soy igual que mi hermano?, ¿por qué tengo que ir a la escuela?, ¿por qué sale el sol?, etcétera. Se desarrolla una mayor conciencia de la diferencia de sexos.
Niñez o fase de latencia. Se presenta entre los 7 y los 10 años y recibe también el nombre de periodo escolar.	Durante este lapso, la energía se encauza hacia la actividad escolar y social. El ingreso a la escuela le permite tener un contacto más amplio con su mundo externo, en el que las relaciones con niños y niñas, en especial con sus maestros y figuras de autoridad, construyen su superyó social o colectivo. Aprenden a combinar su mundo familiar con el escolar. Es en la escuela donde tiene que confrontar los elementos de su realidad en la búsqueda por reafirmar su personalidad. El juego representa la actividad placentera por excelencia y al mismo tiempo una fuente de aprendizaje. Las reglas del juego le permiten aceptar y comprender límites reales. Amplían su visión del mundo, desean llegar a ser personas adultas como su padre o madre y se interesan por realizar actividades recreativas: jugar futbol, pintar, dibujar, correr, cantar, otros, lo que favorece su capacidad de abstracción y concreción de la sociedad en que vive y de la cultura a la que pertenece. Durante esta etapa han logrado ya una identificación psicosexual y tendrán que desarrollar una tipificación del rol sexual y definir las actitudes hacia su propio sexo y hacia el otro sexo. Son evidentes las manifestaciones de curiosidad por las funciones y actividades sexuales de las personas adultas. Los niños suelen competir entre sí, comparan el tamaño de sus genitales, ven quién es capaz de orinar o escupir más lejos, o quién sabe más y mejores groserías. También es común que niñas y niños tengan exploraciones sexuales.



La pubertad y la adolescencia.	Se considera una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta. Es una etapa específica del desarrollo humano que implica un proceso de cambio extraordinario, lleno de descubrimientos, en el que se distinguen dos etapas: la pre-adolescencia (en la que se produce el fenómeno de la pubertad) y la adolescencia propiamente dicha.
Pubertad: En mujeres inicia entre los 10 o 12 años y en varones entre los 13 o 14 años.	En la pre-adolescencia se produce un desarrollo físico vertiginoso y una intensa actividad hormonal. En las mujeres se inicia entre los 10 o 12 años y en los varones entre los 13 o 14. En las mujeres aparece la primera menstruación y en los varones la eyaculación, lo que implica capacidad biológica, aunque no la madurez, para la reproducción. Se produce un aumento rápido de la estatura, aumenta el peso y aparecen los caracteres sexuales secundarios: en las mujeres crecen los senos, la cadera se hace más ancha y se reduce la cintura. En los varones hay mayor desarrollo muscular y fuerza física, aumento del ancho de la espalda y cambio de voz. En ambos sexos aparece el vello púbico. En cuanto al desarrollo cognitivo, culmina la capacidad de distinguir claramente entre lo real y lo imaginario; aumenta su capacidad para experimentar procesos lógicos de análisis, síntesis y el descubrimiento del pensamiento crítico, manifiesto en discusiones y contraste de ideas, posiciones y puntos de vista. El desarrollo afectivo es muy intenso y la persona no consigue expresar sus emociones con la misma fuerza y al mismo ritmo en que surgen. Las manifestaciones externas son poco controladas y pasan con facilidad de la tranquilidad a la agresividad. La contradicción entre autonomía y seguridad puede generar conflictos. Surge además una fuerte necesidad de auto valoración, afirmación, afiliación, aceptación y reconocimiento por las demás personas. Es el momento en el que se da una separación social entre niñas y niños y se acentúa la curiosidad por el sexo. La población pre-adolescente se fija metas y objetivos propios, organiza sus actividades de acuerdo a sus propios proyectos y hace un mejor uso del tiempo libre.
La adolescencia	En cuanto a lo cognoscitivo, la adolescencia es la etapa donde madura el pensamiento lógico formal y se vuelve más objetivo y racional. Se desarrolla el pensamiento abstracto y se elaboran teorías, empleando hipótesis deductivas, es decir, ideas y reflexiones para llegar a conclusiones propias sobre la vida. Es común “soñar con los ojos abiertos”, “fantasear” así como dar lugar al surgimiento de valores e ideales para sí y para los demás.

La adolescencia

En esta etapa puede haber inseguridad por los cambios fisiológicos o falta de confianza en los propios juicios y decisiones. Se evidencia la necesidad de independencia emocional, intelectual, volitiva y la *libertad de acción*. Se trata de una afirmación de sí, de integración (o de identidad), el deseo de valoración personal, que da unidad y sentido a la personalidad y fortalece la identidad.

Se expresa la necesidad de afecto, de sentir y demostrar ternura, admiración, amor y aprobación, que se traduce en un sentimiento de certeza en el mundo interno (autoestima, valoración de sus habilidades, su equilibrio emocional y su integridad física) y externo (recursos económicos, status en la familia y en el grupo).

El abanico de estímulos afectivos crece y situaciones como la dependencia a la escuela y a la familia, hacen sentir rechazo o disgusto. La persona se expresa con rebeldía o cólera y pasa rápidamente a estados opuestos de alegría.

Desde el punto de vista social hay más contacto y conocimiento de la realidad, mayor sensibilidad hacia las demás personas, así como una progresiva conciencia de pertenencia a una clase social. Se experimenta mayor madurez de la adaptación sexual.

La persona adolescente puede oscilar entre excitación y depresión, trabajo y ocio, buen humor y llanto, sociabilidad e insociabilidad, confianza y desconfianza personal y hacia otras personas. Pueden aparecer rivalidades y luchas de poder. En el caso de los hombres se prueban las fuerzas físicas y puede haber agresividad (golpes e insultos) contra sí mismos y contra ciertas cosas y acontecimientos.

Son muy susceptibles a la presión social y muchas veces inician las relaciones sexuales debido a esta presión, tanto para demostrar que ellos "son hombres" como para obtener "la prueba de amor" de ellas. Ellas, por su parte, tratan de "obtener al más popular", se le concede muchísima importancia al atractivo físico en hombres y mujeres.

El desarrollo sexual del adolescente es un fenómeno psicofisiológico y sociocultural. Los valores, costumbres y controles sexuales de la sociedad determinan en gran parte su actitud y comportamiento psicosexual. Generalmente, es en la adolescencia cuando comienza la atracción sexual, las relaciones coitales, el enamoramiento platónico o real y el noviazgo.

Se acentúa la búsqueda de identidad, surge interés por construir un proyecto de vida de acuerdo al contexto sociocultural, se da un proceso de duelo por las pérdidas infantiles, se adquieren los derechos y las obligaciones y se fortalece el proceso de toma de decisiones.





DIARIO DE APRENDIZAJE DEL
PROYECTO EDUCATIVO

Actividad 25: Mapa de la infancia, la pubertad y la adolescencia

Agrupe y sintetice los principales cambios en lo biológico, psicológico y social que pueden darse en estas etapas. Analice la relación entre estos aspectos y cómo se construyen a lo largo del proceso de aprendizaje.

Compare lo que se describe en cada etapa con sus vivencias. ¿Cuáles son las principales diferencias entre su experiencia y lo indicado en el texto? ¿Por qué cree que se dan estas diferencias?

¿Cuál es la relación entre la identidad, la personalidad y el desarrollo personal? ¿Tienen todos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes las mismas oportunidades para fortalecer su identidad, autoestima y personalidad? ¿Cuáles son las principales diferencias y de qué depende?

Opine acerca de lo planteado por Unesco en el siguiente párrafo:

Se cree que la educación en sexualidad priva a los niños y niñas de su “inocencia”. Sin embargo, todos los niños, las niñas y personas jóvenes se benefician de un proceso gradual de educación en sexualidad desarrollado desde el comienzo de la educación formal. Este proceso debe incluir información completa, científicamente correcta, libre de prejuicios y apropiada a la edad. De no contarse con ella, es probable que el niño, la niña o las personas jóvenes reciban mensajes contradictorios y en ocasiones perjudiciales desde sus pares, los medios de comunicación o desde otras fuentes. Una educación en sexualidad de buena calidad compensa estas circunstancias a través de la provisión de información ajustada a la verdad que pone énfasis en los valores y en las relaciones afectivas. (Unesco 2010).





3.3 EL DESARROLLO PERSONAL Y DISCRIMINACIÓN



En gran cantidad de los casos, podremos recordar los rostros de algún compañero o compañera que nos dijo algo que nos dolió o que nos humilló frente a las y los demás. Sufrir discriminación nunca se olvida y sus consecuencias en la autoestima y desarrollo de la personalidad son muy importantes.

No obstante que uno de los principales aportes de la Reforma Educativa fue reconocer la urgencia de erradicar estereotipos y prácticas culturales que han favorecido la discriminación y la exclusión en todo sentido, reconocidas hoy como formas de violencia, la escuela es aún un espacio en el que se pueden vivir cotidianamente.

El concepto de ciudadanía plena no encaja fácilmente en sociedades donde hay grupos que tienen grandes desigualdades materiales o culturales, lo que actúa en detrimento de su identidad. Tal es el caso de la identidad originaria de los pueblos indígenas... Esto incluye el menosprecio, cuestionamiento o negación de la manera en que los pueblos indígenas viven su sexualidad, el reconocimiento de los conocimientos ancestrales para el cuidado de la salud sexual y reproductiva y la formación en estos temas.

Si bien en Guatemala hay diversas culturas y pueblos y personas que se identifican como guatemaltecas, católicas, evangélicas, jóvenes, ancianas, campesinas, empresarias, y un sin fin de pluralidades, todas ellas forman parte de la misma nación. No obstante, a veces las diferencias son usadas para señalar y apartar a quienes son distintas, en lugar de tomarlas en cuenta para enriquecer nuestra sociedad.

El desafío para una Guatemala multicultural y diversa es que sus habitantes reconozcan sus diferencias, pero al mismo tiempo que se identifiquen como ciudadanos y ciudadanas de una misma nación, con iguales derechos y oportunidades. La identidad étnica, de género o de cualquier otro tipo es un derecho humano.

Esta es una oportunidad para trabajar la aceptación y la coexistencia pacífica en la diversidad. La convivencia pacífica reconoce la individualidad y la diversidad, e invita a descubrir otras identidades y formas de ver y vivir el mundo.

Ninguna cultura, persona o identidad es superior a la otra, sino que todas tienen iguales derechos y oportunidades y de todas se puede aprender algo que enseñe a convivir en armonía.



DIARIO DE APRENDIZAJE
PERSONAL

Actividad 26: Diversidad, identidad y respeto a los derechos

¿Se ha sentido excluido alguna vez?

Todas las personas podemos ser excluidas en algún momento por nuestras características: el género, el origen étnico o la cultura, la edad, el color de la piel, la forma de hablar, la apariencia, la discapacidad, vivir con VIH entre otras, pueden ser causas de discriminación.

El respeto al marco de Derechos Humanos puede ayudarnos a abrir la puerta para que todas las personas logren su desarrollo y acceso a oportunidades. No obstante, se requiere que aprendamos a identificar los estereotipos y prácticas culturales que limitan el cumplimiento de estos derechos.

El siguiente cuadro resumen le ayudará a organizar la información: ¿Cuáles considera que son los estereotipos o prácticas culturales que contribuyen fuertemente a preservar diferentes formas de discriminación? ¿Qué consecuencias tienen las diferentes formas de discriminación en el desarrollo personal, de la identidad y la autoestima y en el desarrollo del país?

Investigue qué leyes o políticas buscan la erradicación de estas actitudes y prácticas y son mandato del Ministerio de Educación.

¿Qué estereotipos o prácticas culturales son las más comunes?	Cuáles son las consecuencias de la discriminación en el desarrollo de la persona y del país? Cite ejemplos de acuerdo con la forma de discriminación identificada	¿Qué marcos legales existen que nos respaldan en estos cambios?



3.4 IMPORTANCIA DE LA AUTOESTIMA EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD



La autoestima es la capacidad de tener confianza y respeto por uno mismo, se adquiere a través del respeto, afecto, cariño y el trato que desde niños y niñas se recibe (Pick y Givaudan, 1996).

De acuerdo con la teoría del desarrollo cognitivo planteada por Piaget, existen cuatro etapas: sensoriomotora (0 a 2 años), preoperacional (2 a 7 años), operaciones concretas (7 a 11 años) y operaciones abstractas (12 años en adelante).

Desde la etapa preoperacional, poco a poco diferencian entre los objetos, y las personas, aprenden a dar y recibir caricias. Los niños y niñas del nivel primario se ubican en la etapa de

operaciones concretas, en la cual aprenden procesos de razonamiento lógico y aplicados a situaciones concretas de la vida real, comprenden el concepto de causalidad y se desenvuelven como seres sociales (Papalia, et.al., 2009).

Este proceso favorece el conocimiento de sí, que empieza por su corporalidad, sus emociones, temores, sensaciones y el placer que sienten.

Es necesario que desde los primeros años de vida reconozcan sus cualidades, aprendan a relacionar ese conocimiento de sí con sus afectos, diferencien lo que es agradable y placentero de lo que no es, y eliminen todo prejuicio, mitos y temores.

En la niñez durante el proceso de socialización se desarrolla el autoconcepto, o sea el conjunto de ideas y conocimientos que el niño y la niña van teniendo de sí mismos y de sí mismas, es decir el yo, el concepto personal (Satir, 1972).

En esa etapa organiza las creencias acerca de lo que hace, lo que considera positivo o negativo, lo que le gusta o no, por ejemplo: puede creer que es una persona simpática, pero se da cuenta que no tiene amistades, puede disfrutar de algún deporte sin embargo, no participa en ningún equipo o grupo deportivo.

La autoaceptación es otro de los aspectos que desarrollan, eso significa que inician el conocimiento de las propias limitaciones, habilidades, cualidades, en qué falla o en qué tiene éxito, sin reprocharse o sentir culpa.

Todo eso son expresiones de su yo en el momento que le suceden, por lo tanto irá aceptándose desde la vivencia de sus experiencias.

Es importante apoyarlos, para que reconozcan sus habilidades y capacidades, así como sus limitaciones y fortalecer el ánimo y deseo de superar los pequeños tropiezos en los aspectos negativos que le sucedan. La responsabilidad es desarrollada ante la posibilidad de asumir:

- Sus ideas, deseos y metas
- Lo que elige y hace
- Cómo se relaciona con otras personas
- Las propias decisiones

El desarrollo de la autoestima es un proceso gradual que se inicia con sensaciones que van desde el contacto en el seno materno, las caricias que se reciban, experimentar necesidades como la sed, hambre o ganas de llorar (Pick, et.al., 1993).

El desarrollo de una adecuada autoestima es imposible sin la aceptación que tienen de sí mismos, descubren sus cualidades y los defectos para mejorarlos. La autoestima es algo que se experimenta y la autoaceptación, es lo que se hace, la decisión que se toma de aceptarse tal cual es.

Aceptarme a mi mismo es estar de mi lado, estar para mí, elijo valorarme, tratarme con respeto defender mi derecho a existir; afirmaciones que son las bases sobre las que se desarrolla la autoestima.

Lo anterior va relacionado con el ejercicio de la ciudadanía, donde la educación impulse a tomar conciencia desde la etapa de la niñez, a que se es parte de un colectivo donde se aceptan y se valoran entre niños y niñas con sus cualidades y defectos, que mejoran conforme se desarrolla.

La autoestima es esa opinión que la persona tiene de sí misma, el sentimiento e imagen, que desde la niñez se forma, inculca, desarrolla y aprende.

Los primeros 5 años son básicos en la vida de las personas. Es la etapa en la que se depende de las y los adultos para sobrevivir y formarse la idea de quien se es. Por eso la manera como se trata al niño y niña nutre la idea de lo que es como mujer y como hombre. Este es un aprendizaje que marca su vida.

Los factores que influyen son:

- **En el hogar:** las relaciones con los integrantes de la familia. Las vivencias, expectativas y experiencias con familiares cercanos o sustitutos influyen en la formación de la persona.
- **En la escuela:** el trato por igual y en equidad para niños y niñas; en las relaciones con las y los docentes y compañeros; las experiencias vividas dentro y fuera de clase; las tareas realizadas; los juegos. Es un espacio que favorece el desarrollo de una estima adecuada. Es importante apuntar acá con respecto al sistema educativo que ha estado centrado en el hombre, por lo tanto ha impartido una educación sexista, y racista que no permite el fortalecimiento de una autoestima adecuada. Se hacen esfuerzos para transformar la práctica educativa y lograr una educación incluyente en igualdad, equidad, con pertinencia étnica y curricular.

- **En la sociedad:** las relaciones con otras personas, culturas, etnias, religiones, medios de comunicación, y en general las experiencias positivas y las relaciones satisfactorias ayudan a elevar la autoestima.

Para muchos niños y niñas, la escuela representa la oportunidad de lograr un mejor sentido de sí mismo o de sí misma y una comprensión de la vida. Un docente que proyecta confianza, seguridad, alegría, estímulo y afecto, puede ser de gran apoyo al desarrollo de la autoestima de niños y niñas. Por lo que es importante tratar con respeto, brinda orientación y comprensión al niño o niña que manifiesta dificultades para relacionarse o comunicarse con el grupo. A quienes provienen de un hogar donde hace falta el respeto, el afecto, les ofrece realmente un gran beneficio a su desarrollo integral (Corona Vargas, 2003).

a. Componentes de la autoestima

Los componentes de la autoestima son: el aprecio y afecto hacia sí misma o mismo, la autoimagen, la aceptación de sí mismo y la autoconfianza. (Ulloa y Osorio, 2009)

- **El aprecio y afecto de la persona hacia sí misma,** es el elemento central. La valoración de sus características tales como su identidad, su cuerpo, logros, habilidades, entre otros, y los disfruta.
- **La autoimagen** es la representación que la persona tiene de sí misma, que se construye de acuerdo a cómo se ve y acepta. La autoestima debe fundarse en una imagen adecuada y realista de sí.

La persona no actúa desde lo que es, sino desde lo que cree ser, por ello el proceso educativo debe facilitar que los niños y niñas descubran quienes son, fortalezca su identidad y garantice la igualdad de oportunidades.

- **La autoaceptación** ocurre cuando la persona admite todas las dimensiones de sí misma como un hecho, sin dejar de apreciarse y quererse. Cuando una persona logra reconocer sus cualidades, limitaciones, conductas erradas o inapropiadas, sin perder la valoración de sí, entonces puede decirse que se acepta.
- **La autoconfianza,** o seguridad en sí misma, se basa en el convencimiento de que la niña o el niño puede lograr los propósitos, metas y objetivos que se proponga. No solo se dicen a sí mismos “yo puedo”, sino, además, “yo puedo hacerlo bien”; espera tener éxito en la mayor parte de actividades que realiza; aprende a medir sus fuerzas y a conocer hasta dónde puede llegar.

Es muy importante que las y los docentes estemos conscientes de la influencia que tenemos en el desarrollo de la autoestima de las y los estudiantes. Las actitudes y prácticas incluyentes, justas, el buen trato, el cariño y el respeto que viven en el aula y en el centro educativo será determinante para la formación de su autoestima, su personalidad y su proyección ciudadana hacia la comunidad.



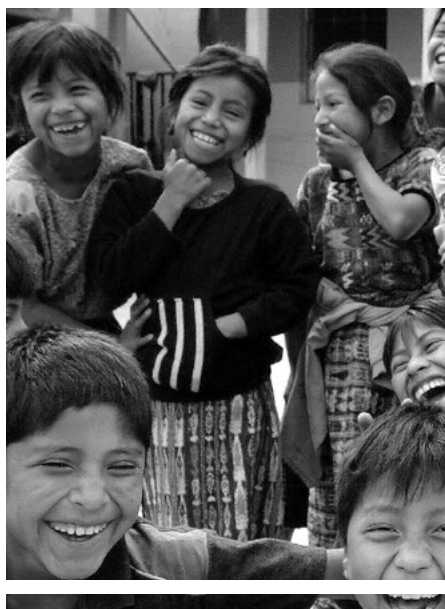
b. Desarrollo de la autoestima

La autoestima se modifica con el tiempo y con base en las experiencias que vivimos. Por ello, el proceso educativo nos permite fomentar una autoestima equilibrada en niños, niñas, adolescentes, jóvenes para que aprovechen sus potencialidades, logren tener mejor salud física y psicológica y participen activamente de los procesos que sean de su interés (Pineda, 2007).

Las actitudes discriminatorias signadas de violencia, machismo y racismo debilitarán sistemáticamente su autoestima y autoconfianza y fortalecerán la percepción de que no tienen derechos.

Para el desarrollo de su autoestima las niñas y los niños necesitan:

Sentirse amados	Que las personas adultas comprendan y reconozcan que necesitan y tienen derecho a ser amados. Que las personas adultas expresen su amor. Que el amor se exprese sin condiciones. Sentirse seguros del amor de las personas adultas.
Sentirse tomadas y tomados en cuenta	Sentirse escuchados. Que las personas adultas a cargo de su educación sean un referente de diálogo e información confiable. Que sus opiniones sean tomadas en cuenta.
Sentirse respetadas y respetados	Sentirse respetados. Expresarse libremente sin temor a ser castigados por comunicar lo que sienten o piensan.
Sentirse competentes	Que se les reconozcan sus logros. Que se les estimule a desarrollar sus capacidades. Que se les ayude a superar sus errores y fracasos, a partir del análisis de las situaciones, sin hacerlos sentirse mal. Aprender a reconocer sus capacidades y limitaciones. Aprender el sentido del autocuidado y la responsabilidad.



Actitudes y comportamientos de niñas y niños con autoestima equilibrada:

- Aprenden con facilidad.
- Tienen entusiasmo para hacer las cosas.
- Están abiertos a comunicarse y lo hacen con facilidad.
- Tienen una actitud optimista ante las cosas, esperan poder hacer las cosas y resolver las situaciones adversas.
- Ante situaciones en que se sienten evaluados o expuestos a riesgos no se retraen, más bien logran actuar equilibradamente.
- Logran distanciarse temporalmente de las personas adultas más allegadas.
- Se mantienen alegres y con buen humor.
- Saben tomar decisiones aún cuando tengan dudas.
- Se muestran seguros cuando dicen o hacen algo.
- Expresan lo que les hace sentir mal o incómodos.

Los y las adolescentes con buen desarrollo de la autoestima pueden:

• Actuar independientemente.	• Sentirse capaces de influir en otras personas.
• Asumir sus responsabilidades.	• Participar activamente en grupos.
• Afrontar nuevos retos con entusiasmo.	• Comunicar asertivamente necesidades e ideas.
• Estar orgullosos, orgullosas de sus logros.	• Negociar planteamientos y aspiraciones con otros.
• Demostrar amplitud de emociones y sentimientos.	• Analizar críticamente situaciones y vivencias.

Algunas sugerencias para mejorar la autoestima:

• Entender que debe empezar por conocerse y quererse y no depender de las demás personas.	• Prestarse más atención, dedicar tiempo a actividades de ocio y recreación.
• Aceptarse tal como es, con su cuerpo, sus cualidades y limitaciones.	• No temer a las responsabilidades o a tomar decisiones.
• Desarrollar el sentido del humor, no dar demasiada importancia a cosas que no las tienen, ni a los posibles comentarios de las demás personas.	• Si una relación personal no funciona, no culparse, aprender de esta.
• Conocer el proceso histórico cultural que le ha permitido ser quien es y estar presente, lo que da sentido a su vida.	• Sentirse motivado a conocer más de su identidad sociocultural para fortalecer su conocimiento de sí mismo.
• Sentir orgullo por sus logros.	• Negociar planteamientos y aspiraciones con otras personas, incluidas sus familias.
• Demostrar amplitud de emociones y sentimientos, sin prejuicios de género.	• Analizar críticamente situaciones y vivencias.



1. Saber y aceptar que todas las personas tenemos cualidades y defectos.
2. Todas tenemos algo bueno de lo cual podemos estar orgullosas.
3. Liberarnos de conceptos negativos acerca de nosotros mismos.
4. Todas somos importantes.
5. Vivir responsablemente de acuerdo con la realidad, reconocer lo que nos gusta y lo que nos disgusta.
6. Aprender a aceptarnos a través de lo que sentimos y de lo que somos.
7. Liberarnos de la culpa al evaluar lo que queremos y pensamos.
8. Actuar de acuerdo con lo que deseamos, sentimos y pensamos, sin tener como base la aprobación o desaprobación de los demás.
9. Sentirnos responsables de nosotras mismas, lo cual genera confianza en nosotras y en las demás.
10. Vivir auténticamente al aprender a ser congruentes entre la forma de sentir y de actuar.
11. Fomentar la autoestima en los otros, esto refleja nuestra propia autoestima.
12. Hallar la valentía de amarnos como personas y comprender que ese es un derecho propio que todas tenemos.⁵



DIARIO DE APRENDIZAJE
PERSONAL

Actividad 27: El termómetro de la autoestima

Con base en los elementos anteriores, elabore una propuesta de características de alta y baja autoestima y otórgueles un puntaje.

Analice las fortalezas y debilidades de su autoestima, sume o reste cuando sea el caso. Las fortalezas elevarán el autoestimómetro y las debilidades lo bajarán.

Comparta brevemente la relación que encuentra entre su identidad y su autoestima. Haga un listado individual de las cosas que le gustaría cambiar de su autoestima y cómo se propone hacerlo.

Considere los casos de discriminación indicados anteriormente, y especialmente los efectos de la discriminación por género. ¿Cómo influyen en el desarrollo de la personalidad y autoestima de mujeres, indígenas, jóvenes, niñas o niños, personas con discapacidad, o que viven con VIH?

⁵ Branden, N (1988), Cómo mejorar su autoestima, México, Editorial Paidós.



3.5 LA EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD, GARANTE DEL DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD, LA IDENTIDAD Y LA AUTOESTIMA



Hemos analizado que la sexualidad no abarca solamente los órganos sexuales, la capacidad reproductiva o el contacto sexo genital. Nos damos cuenta que incluye estos elementos, pero la sexualidad es mucho más amplia, porque abarca un componente físico, un componente psicológico o emocional y un componente social.

La sexualidad se manifiesta con todas sus expresiones a lo largo de nuestra vida:

- El componente físico se manifiesta a través de nuestros cuerpos, nacemos hombres o nacemos mujeres.
- El componente social integra las costumbres que aprendemos y el sistema de valores. Este factor es cambiante como todo en la sexualidad y se modifica según la época y sociedad en la que nos ha tocado vivir.

- El aspecto psicológico incluye los sentimientos, las emociones y la forma particular que tiene cada quien de expresarse a partir de su experiencia de vida.

Es necesario tener presente estos aspectos de la Educación Integral en Sexualidad cuando se imparta a niños y niñas, y evitar enfoques equivocados de la sexualidad, como:

- Es sucia, fea o eso no se debe hacer.
- Se limita solo a los órganos sexuales y a la reproducción.
- Es solo para quienes se casan y quieren tener hijos o hijas.

Al contrario debe ser enseñada en un ambiente de confianza, diálogo, apertura, encuentro y centrada en que es:

- Una parte natural, valiosa y propia de cada ser.
- Un hecho que está presente en todas las etapas de la vida.
- Una fuente de placer.
- La expresión de sentimientos, emociones y deseos.
- Es parte de la salud física, mental y emocional.

Los procesos centrados en el aprendizaje que promueven una Educación Integral en Sexualidad, deberían contribuir con el desarrollo de la personalidad y autoestima que convierte a los centros educativos en espacios de conocimiento personal, análisis de la realidad de la comunidad, creatividad y proyección social, en los que cada estudiante se convierte en protagonista de su proceso, logre su desarrollo integral e incluya la educación en sexualidad, con todos sus componentes, como factor clave para ese desarrollo.

Las y los docentes, el personal del centro educativo, son facilitadores en apoyo al desarrollo de la personalidad y la autoestima. La personalidad se forma en la medida en que la persona se apropia del sistema de relaciones sociales en el que se desenvuelve su vida: su familia, la iglesia, comunidad, cultura, escuela, trabajo, entre otros, lo interpreta y da nuevos significados propios.



Para que las alumnas y alumnos se sientan cómodos al participar en actividades grupales de educación en sexualidad, es imprescindible que también se sientan seguros. Por lo tanto, es indispensable que la educación en sexualidad se imparta en un clima acogedor. (Unesco, 2010).

En general, esto incluye establecer desde el inicio, un conjunto de reglas del juego que deben ser observadas durante todas las actividades de enseñanza y aprendizaje:

Evitar hacer comentarios que provoquen humillación o ridiculicen a la persona; evitar hacer preguntas personales; respetar el derecho a no responder preguntas; reconocer que toda pregunta es legítima; evitar las interrupciones; respetar la opinión de los demás; y mantener la confidencialidad. Estudios de investigación indican que algunos currículos también alientan la activa participación de los educandos. Finalmente, separar estudiantes en grupos del mismo sexo durante parte o la totalidad del programa, también ha demostrado ser una estrategia efectiva. (Kirby, 2009) (Unesco, 2010).





Este proceso educativo de la sexualidad implica conocimientos, actitudes y habilidades que requieren aprendizajes significativos en las y los educandos, a partir no solo de elementos cognitivos, sino también y sobre todo de la construcción de ideas y la expresión de sentimientos, porque todas las personas son seres sexuados que construyen su sexualidad de forma subjetiva, a partir de sus cuerpos, viéndose influidos por factores sociales, culturales, económicos y políticos (Las Dignas, 1998).

Los niños y las niñas adquieren la identidad y el rol sexual según los modelos educativos y sociales a los que están sometidos en su primera infancia, lo cual confirma que el género femenino ser mujer, y el género masculino ser hombre, se construye socialmente.

La importancia que tiene la Educación Integral en Sexualidad está en que requiere, entre otras acciones,

la promoción de la equidad o sea la participación igualitaria de niños y niñas, tomando como base sus potencialidades, sin apegarse a creencias acerca de los comportamientos y roles tradicionalmente asignados a su sexo, por ser hombre o ser mujer.

En la mayoría de los casos, esta educación no ha sido desde un enfoque científico e integral, por lo que es necesario que hoy por hoy, tengan acceso a recibir la educación adecuada acerca de su sexualidad dentro del marco de sus derechos.

Así mismo, que se imparta la educación en sexualidad en el marco del respeto a los valores de una sociedad democrática y pluralista en donde se desarrollan las familias y las comunidades, con el fin de que se respeten las diferencias, se rechace cualquier forma de discriminación y se promueva la toma de decisiones responsables e informadas acerca de la sexualidad.



EVALUACIÓN DE LA UNIDAD

caractericemos el clima escolar...



DIARIO DE APRENDIZAJE DEL
PROYECTO EDUCATIVO

Actividad 28: ¿Cómo es el clima escolar?

Los niños y las niñas que tienen autoconfianza se sienten cómodos en las relaciones con los demás, están abiertos a comunicarse, a asumir riesgos, y ante los problemas, buscan alternativas. No dudan de sus capacidades, sino que aprenden a desarrollarlas, así saben cuando pueden y cuando no pueden hacer algo. Actúan tranquilamente cuando se sienten observados o evaluados y comparten sus conocimientos y experiencias con las y los demás.

Con la comprensión de lo expresado anteriormente, y los contenidos desarrollados en la unidad, le proponemos que elabore una caracterización de las condiciones del centro educativo que limitan o que fortalecen el desarrollo de la personalidad, la autoestima y la identidad de niñas, niños, adolescentes y jóvenes sin discriminación; considere los siguientes aspectos:

- Fortalecimiento de la identidad personal y colectiva.
- Acciones en contra de toda forma de discriminación y racismo, que incluya las diversas manifestaciones de violencia y violencia sexual en particular.
- Valoración del trato que brindan los padres, madres y personas adultas a las niñas, niños y adolescentes en la comunidad. ¿Favorece el desarrollo de su autoestima o no?, ¿por qué?
- ¿Hay diferencia en el trato que se da a niñas y niños? ¿Cómo influye esto en su autoestima y desarrollo de la personalidad?
- Relaciones interpersonales del personal docente y de servicio con las y los estudiantes. ¿Son un buen ejemplo para ellas y ellos?
- Relaciones entre docentes.

De acuerdo con lo elaborado en unidades anteriores, proponga para cada grado qué temas sería importante abordar, basados en el marco de Educación Integral en Sexualidad y en coincidencia con lo establecido en el CNB.

Discútalos con el grupo de docentes.

PARA CERRAR LA UNIDAD



DIARIO DE APRENDIZAJE
PERSONAL

Actividad 29: La línea de la vida y el desarrollo personal

De acuerdo con los rasgos anteriores de desarrollo en la infancia, la pubertad y la adolescencia, le proponemos que en la siguiente matriz anote los principales acontecimientos que hayan incidido en la construcción de su identidad; incluya todos los aspectos de desarrollo personal: cambios físicos, emocionales, actitudinales, relacionales.

Considere aquellos sucesos que le hayan marcado de manera positiva o negativa para su desarrollo en lo personal, familiar, comunitario o nacional. Por ejemplo, el conflicto armado interno (nacional) obligó a migrar a muchas familias o las separó, (desintegración comunitaria) esto marcó el desarrollo de la personalidad y la identidad de cada integrante de esas familias (familiar y personal).

¿Cuáles fueron los principales factores que favorecieron su aprendizaje durante estas etapas de su vida? ¿Cómo influyeron en usted en este momento, en el desarrollo de su identidad y autoestima? ¿Cómo influyen estos factores en sus relaciones interpersonales, en su familia, en el centro educativo, en la comunidad?

Recuerde todos los detalles posibles que le servirán para hacer una valoración de qué sucedió con su desarrollo personal durante cada etapa. Recuerde incluir también lo relacionado con cómo vivió su sexualidad y los acontecimientos importantes al respecto.

Nivel	Desde la concepción hasta el nacimiento	Infancia 0-6 o 7 años	Niñez 7 a 10 años	Pubertad 10 a 14 años	Adolescencia 15 a 19 años	Juventud 19 a 29 años	Adultez 29 a 60 años
Nacional							
Comunitario							
Familiar							
Personal							

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Asociación Pop Noj (2009). Todas y todos somos Ajmaq. Reflexiones sobre las relaciones afectivas, la sexualidad y el sida desde la perspectiva maya. Ciudad de Guatemala, Guatemala: Pop Noj e Ibis.
2. Bátiz, L (1996) Hablemos de Sexualidad: lecturas. Ciudad de México, México: Conapo.
3. Branden, N (1988). Cómo mejorar su autoestima. Ciudad de México, México: Editorial Paidós.
4. Corona-Vargas, E y Ortiz, G (2003) ¡Hablemos educación y salud sexual! Manual para profesionales de la educación. Información, herramientas y recursos. Ciudad de México, México: AMES, Amssac y UNFPA.
5. Declaración Ministerial Prevenir con Educación. (1985). Declaración Ministerial Prevenir con Educación. Secretaría de Educación Pública, México, DF.
6. Febles, M. y Canfux, S. (2003) La concepción histórico cultural del desarrollo. Leyes y principios. En: Psicología del desarrollo. Selección de lecturas. La Habana Cuba: Editorial Félix Varela.
7. Mineduc (2008) CNB-Currículo Nacional Base, Primer Grado Nivel Primaria. Ciudad de Guatemala, Guatemala: Digecur.
8. _____, (2010) Plan de Institucionalización de la Política Nacional de Promoción y Desarrollo Integral de las Mujeres y Plan de Equidad de Oportunidades en el Ministerio de Educación. Ciudad de Guatemala: Mineduc y UNFPA.
9. _____, (2010) Estrategia para la institucionalización de la Educación Integral en Sexualidad con enfoque de género y pertinencia cultural. Ciudad de Guatemala: Unidad de Equidad de Género con Pertinencia Étnica, Ministerio de Educación.
10. Organización de las Naciones Unidas (2010). Informe del Relator Especial de las Naciones Unidas sobre el derecho a la educación A/65/162. New York, USA: Asamblea General.
11. Organización Panamericana de la Salud – Organización Mundial de la Salud. Promoción de la salud sexual. Recomendaciones para la acción. Antigua Guatemala, Guatemala: OPS-OMS, WAS.
12. Papalia, D, Wendkos, D y Duskin, R. (2009). Psicología del Desarrollo, de la infancia a la adolescencia. Undécima edición. México, DF, México: Mc Graw Hill.
13. Piaget, J (1979). Seis estudios de psicología. Ensayo. Barcelona, Caracas, México: Editorial Seix Barral, S.A.
14. Pick, S, et.al. (1993) Planeando tu vida, programa de educación sexual para adolescentes. México, DF, México: Editorial Planeta.
15. Pick, S. y Givaudan, M. (1996). Yo quiero, Yo puedo. Programa de educación para la vida. (Serie de 10 libros de texto de preescolar a 3o. de secundaria). México: Ideame.
16. Satir, V (1972) Peoplemaking. USA: Souvenir Press Ltd.
17. Unesco. (2010). Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación Integral en Sexualidad. En Unesco, Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación Integral en Sexualidad (Vol. 2). París, Francia: Unesco.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- a. **Unidad de Equidad de Género con pertinencia Étnica (Unegepe) Ministerio de Educación de Guatemala**
<http://www.mineduc.gob.gt/UNEGEPE/>
- b. **Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad, Unesco 2010**
<http://unesdoc.unesco.org/ulis/cgi-bin/ulis.pl?catno=183281&set=4C5C1E5D1439&gp=1&lin=1&ll=1>
- c. **Informe del relator especial de Naciones Unidas sobre el derecho a la educación en sexualidad**
<http://resourcecentre.savethechildren.se/content/library/documents/el-derecho-humano-la-educaci%C3%B3n-sexual/informe-del-relator-especial-de-las>

Vínculos a otras experiencias de Educación en sexualidad

- a. **Ministerio de Educación de Argentina**
<http://portal.educacion.gov.ar/educacion-sexual-integral/>
- b. **Ministerio de Educación Nacional República de Colombia**
<http://mineducacion.gov.co/1621/propertyvalue-38519.html>
- c. **Red de democracia y sexualidad**
<http://www.demysex.org.mx/Demysex/Inicio.html>
- d. **Administración Nacional de Educación Pública Uruguay**
<http://www.anep.edu.uy/anep/index.php/programa-de-educacion-sexual>

